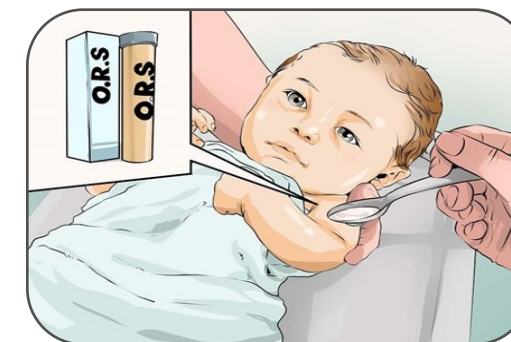




دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی البرز مرکز آموزشی و درمانی سردار سپهبد شهید حاج قاسم سلیمانی



مرکز آموزشی و درمانی

سردار سپهبد شهید حاج قاسم سلیمانی

اسهال و استفراغ در کودکان

تهیه کننده: واحد آموزش سلامت

تایید کننده: کمیته آموزش بیمار

تاریخ تهیه: ۱۴۰۴

شماره واحد آموزش به بیمار: ۰۲۶۳۵۷۷۱۱۲۵

منابع: ClinicalKey, WebMD, Mayo clinic

شرح بیماری:

- عبارت است از التهاب و عفونت لوله گوارش که غالباً می‌تواند باعث به هم خوردن ناگهانی و گاهی شدید وضعیت گوارشی شود. گاستروآنتریت (اسهال و استفراغ) در تمام سنین روی می‌دهد اما در کودکان کم سن و سال (۵-۱ سال) و افراد بالای ۶۰ سال شدیدتر است.

علائم:

- تهوع و گاهی استفراغ
- بی‌اشتهایی
- تب
- ضعف
- دل‌پیچه، درد، یا حساس بودن شکم هنگام لمس
- اسهال که می‌تواند از روزانه ۳-۲ بار اجابت مزاج شل تا تعداد زیادی اجابت مزاج آبکی متغیر باشد.

علل شایع:

از علل ایجاد این عارضه به موارد زیر می‌توان اشاره نمود:

- انواع مختلفی از ویروس‌ها، باکتری‌ها، یا انگل‌ها که غذا یا آب را آلوده می‌کنند.
- مصرف داروهای مسهل قوی
- تغییر در باکتری‌هایی که معمولاً در روده‌ها وجود دارند.
- وجود سموم شیمیایی در بعضی گیاهان، غذاهایی دریایی یا غذاهای آلوده

عوامل خطر:

- افراد بالای ۶۰ سال
- نوزادانی یا شیرخوارانی
- رژیم غذایی نامناسب
- سوء مصرف الکل

- مسافرت به مناطق نامناسب از نظر بهداشتی

- مصرف بعضی داروها

عواقب مورد انتظار:

- استفراغ و اسهال معمولاً در عرض ۵-۲ روز برطرف می‌شود، اما بزرگسالان ممکن است تا یک هفته دچار ضعف و خستگی باشند.

عوارض احتمالی:

- به دنبال این بیماری کم‌آبی شدید که نیازمند مایع درمانی و حتی تزریق سرم باشد تنها عارضه این بیماری می‌باشد.

تشخیص و درمان:

- پس از شرح حال و معاینه اقدامات تشخیصی ممکن است شامل آزمایش خون و مدفوع باشد. درمان معمولاً حمایتی است (استراحت، مایعات). معمولاً لزومی ندارد افرادی که گاستروآنتریت (اسهال و استفراغ) غیر عفونی دارند از بقیه جدا شوند.

فعالیت:

- تا زمانی که تهوع، استفراغ، اسهال و تب برطرف نشده باشند در رختخواب استراحت کنید.

رژیم غذایی و تغذیه:

به دنبال اسهال و استفراغ رژیم غذایی خود را به صورت زیر تنظیم نمایید:

- مایعات رقیق بنوشید.
- پس از متوقف شدن اسهال و استفراغ، مقادیر کمی از مایعات رقیق مانند چای و سوپ رقیق بنوشید.
- اگر تا ۱۲ ساعت بعد از مصرف مایعات مشکلی پیش نیامد، مقادیر کمی از غذاهای نرم مانند غلات، برنج، تخم مرغ، یا سیب زمینی پخته شده، و ماست بخورید.
- اگر تا ۲-۳ روز با غذاهای نرم مشکلی پیش نیامد، تدریجاً رژیم عادی خود را از سر بگیرید.
- از خوردن یا آشامیدن موارد زیر تا چند روز بعد خودداری کنید:
- الکل، غذاهای پر ادویه (پیتزا، اسپاگتی، پیاز)، سس گوشت، سبزیجات و میوه های خام، سس سالاد، قهوه و شیر، آب میوه های صنعتی
- به کودک غذاهای پتاسیم دار مانند: موز نارس و سیب زمینی بدهید.
- برای جبران آب از دست رفته کودک به وی مایعات مانند دوغ و آب.آر.اس (ORS) بدهید.

داروها:

- معمولاً هیچ دارویی مورد نیاز نیست، اما اگر گاستروآنتریت (اسهال و استفراغ) شدید یا طولانی مدت باشد، امکان دارد داروی ضد تهوع و گاهی ضد اسهال تجویز شود. همچنین امکان دارد برای بعضی از باکتری ها و انگل ها درمان آنتی بیوتیکی اختصاصی مورد نیاز باشد.



در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

- تورم شکم
- وجود مخاط یا خون در اجابت مزاج
- تب بالا
- استفراغ و اسهال پس از درمان
- در صورت بروز علائم کم آبی مانند خشکی دهان، پوست چروکیده، تشنگی زیاد، یا کاهش ادرار، چشمان گود افتاده

- درد شدید در شکم یا راست روده، خصوصاً دردی که از وسط شکم شروع شود و تدریجاً به قسمت پایینی شکم در سمت راست تغییر مکان دهد.
- سن کمتر از ۶ ماه
- در صورت بروز عدم تحمل خوراکی (استفراغ های مکرر)

